

平成 28 年度 第 2 回高知市生活習慣病予防に関する協議会 議事録

日時：平成 28 年 11 月 29 日

18 時 30 分～20 時 30 分

場所：総合あんしんセンター3 階中会議室

1 開会

2 議事

1) 『高知市いきいき健康チャレンジ 2016』経過について

高知市いきいき健康チャレンジスタートイベント

チャレンジ応援講座

2) 意見交換

【津野委員】

高知市の事務局のほうから、いきいき健康チャレンジ 2016 の経過、スタートイベント・応援講座の報告、感想や課題を含め説明があったが、委員の方から質問や感想はないか。

【出水委員】

私は今回いきいき健康チャレンジに参加して、スタートイベントにお客様がいらっしゃらないのではないかと心配したが、開催時にお客様のあまりの多さに驚き、逆に待つのが大変だと感じた。

また、健康パスポートがその場でもらえるというのは大きな特典で、健康パスポートと重なってお客様の反応もよかったが、アンケートにもあったようにもっと段取りよく、待たさない為の工夫があればよかった。

しかし予想以上のお客様で、弊社も初めて参加したが、とても喜ばれたのでよかった。

【津野委員】

小さい子供さんたちが楽しむことのできるチャンスがあつてよかった。

【廣中委員】

あんなにたくさんの方が来るとは思っておらず驚いた。私共も自分のブースしか見ることができず、他を回ることができないくらいだった。歯科衛生士会のブースは計測だけだった為時間のかかるものではなかったが、切れ目なくお客様が来られるので、別のブースに

行列ができているのを見ることしかできなかった。

私としては、もう少し提供できるものがあればよかったと思う。計測してその場で説明しても後々残るものが無かったので、後から見ても、より気をつけてやってもらえるようなことを工夫してやっていきたい。

他のブースは色々なことをやっており、のぼりがあったりと、分かりやすかった。私共は無かったので、何か考えなければと思った。

【津野委員】

事務局からも改善点の話があったが、それ以外で、こうしたらよいのではというご意見はないか。

【窪委員】

私は健康相談のコーナーに出ており、特にツールやグッズは持たずに身ひとつで行ったが、隣の協会けんぽの保健師さん達が、塩分の測定をするソルセイブを使ったりしており、目で見たり、試したり、体験できたりするコーナーが良かったと反省した。今後に向けての課題として、同じ保健師のグループなので、このようなイベントの時にはお互い話しをしながらやっていけたらと思う。

また、ほかのブースがどういったことをしているかを見ることが出来なかったのが残念。終わり方も流れ解散だったので、一度集まるのもよいのでは。お昼をまたいだので時間的に難しかったかもしれない。

【津野委員】

参加者だけでなく、私たち委員団体同士のチームワーク的なところまで意見が出て素晴らしいと思う。

薬剤師会さんは随分たくさんの方々が来てくださっていた。

【寺尾委員】

お薬相談コーナーを設けさせていただいた。資料には8名とあるが、2名は設営と後片付けで、実際6名の薬剤師が相談をさせていただいた。切れ目無く相談を受け、お薬を飲んでいなくても飲んでいても、ご自身の健康の相談などもあり、禁煙の測定も出来た為、充実した内容だったのでは。

先ほどのぼりの話があったが、私共も健康づくり支援薬局ののぼりを持って行き、イベント的なことには薬剤師会として少しは慣れてきたように思う。まだまだ反省する点があるかと思うが、全体としてはなごやかな雰囲気が進められたのがよかった。

【近藤委員】

他のブースを見せていただいて参考になった。

一般のヘルスマイトがもっと参加して欲しかったが、私たちの勧め方が悪かったように思う。これからは参加するように、もう少し食生活改善推進協議会で言っていきたい。その後運動などのチャレンジ応援講座があったが、ヘルスマイトとしての参加があまりなかった。健診会場などでいつもやっていることは、(従事するヘルスマイトは)みんな慣れているが、一般のヘルスマイトは経験していないので、今後は頑張っていきたい。

【川上委員】

保険医療課としては健康パスポートの発行をさせてもらったが、一度に取れるのでよかったという声があった。

先ほどの事務局の説明にも参加者の年齢があったが、スタートイベントには、普段なかなかこういったイベントに参加されないような40代50代の参加が多いのに驚いた。応援講座の方はやっぱり70代80代の方がすごく多いということで、普段こういったイベントをするとこの年代の方が多く、スタートイベントはパスポートの効果なのか分からないが、若い世代の方が多く来て下さって本当によかった。

【津野委員】

北添委員と瀬戸委員はスタートイベントには来られてないが、それ以前の準備で随分協力いただいたが、事務局の報告を聞いてどのように思われたか。

【瀬戸委員】

実際に見ていないので分からないが、スタートイベントでは働き盛りの方が参加していたのはよかった。そこがターゲットになってくると思うので、今後そういった方たちに参加してもらえそうな工夫を加えてもらえたらと思う。

スタートイベント当日は、来た方がどこにどのブースがあるのか分かるようなチラシはあったのか。

【事務局】

当日、ブースの見取り図のようなものを用意していたが、それを見ても分かりにくい、どう回ればいいのか分からなかったという声があった。

【津野委員】

スタートイベントとしては、予想を上回ったというところで準備が間に合わなかったというのが現実かと思う。栄養士会として応援講座の1回目を担当させてもらったが、単に講演ではダメだなということで、担当の栄養士に工夫をするようにと声をかけ、参加型ということのできたかなと思う。病院の栄養士が担当したが、あまりこのようなチャンスがな

いので、こういう機会をいただけてかえって勉強になったように思う。どんどん若手を売り出していきたい。また是非、次はそれぞれの団体からも出されたいかと思う。市民の方にもよかったし、委員の私たちにもよかったという感想をもった。

3) チャレンジ結果報告会について

事務局より報告

4) 意見交換

【津野委員】

スタートしたと思ったらすぐに報告会のことも考えていかなければいけないということで、来年2月26日に予定している結果報告会と表彰式についての説明があったが、形としてはかなり出来上がっていると感じた。表彰の審査会にこの協議会の会長と副会長を委員として入れてくれるということで光栄に思う。参加させてもらい、委員の皆さんの思いをその場であらわせるように努めたい。

報告会・表彰式の具体的なイメージ、講演の話等々あったが、そのことについて質問や意見はないか。

【出水委員】

素朴な質問だが、報告会への参加は、いきいき健康チャレンジ記録ノートを持ってこられる方ということでよいか。

【津野委員】

すでに提出されている方達の記録を見て、表彰の審査会を開いて賞を決めるということだが、結果報告会にはノートを提出した人だけか。

【事務局】

結果報告会の案内のハガキは、記録ノートを提出して下さって抽選会にも参加していただける方にお送りするが、健康パスポートの取得促進イベントになっている関係上、一般の市民の方も参加もあると思う。

【出水委員】

入り口が狭いのではと心配する。参加される方が少ないのではないかと。ちなみに、どのくらいを予測しているのか。

【事務局】

今回の結果報告会は、資料にも書いてあるとおり定員を 200 名としており、参加者には、取組者の報告や講演もしっかり聞いていただき、チャレンジ応援コーナーなども十分に参加していただけるようにと考えている。

【出水委員】

200 人も来るのかな、と思った。前はかなり集まったが、今回は絞られるのではないかと心配。せっかくここまで来て、結果報告会が 2 月 26 日にあるので、これを新聞やテレビで大々的に広報して、次に活かせたらいいかと思う。

【窪委員】

提出された記録ノートは当日何らかの形で本人に返すことはあるか。

【事務局】

提出していただいた記録ノートはかなり最終の段階まで審査でお預かりすることになるため、結果報告会が終わって、来年度のいきいき健康チャレンジの情報や健康パスポートの予告などと合わせてお返しする方向で考えている。当日までに返すということではなく、結果報告会も終わった後の返却を、検討している。

【窪委員】

イメージとして、健康相談に来られた方がどんな取組をしたかなどが分かればいいと思った。本物でなくても、記録ノートのコピーなどでも見えたらいいかと思う。

【廣中委員】

前回 9 月 19 日のイベントに参加された方が来るという感じか。全員ではないと思うが、同じ方が来ると思うと、応援コーナーが丸々同じというのはどうなのか。前にやったからいいか、という感じにならないか。新しいものをしたほうがいいか、各団体が検討ということになるか。

【事務局】

チャレンジ応援コーナーは、体力測定や相談のコーナーで、スタートイベントで参加したところを再度確認したいという方もいらっしゃる。同じコーナーであっても新たなコーナーであっても、協議会委員の皆様のご協力をいただける範囲でブースを構えていただけたらありがたい。

【津野委員】

それぞれの団体でどう考えるか。
他に意見はないか。

【北添委員】

先ほど定員 200 名と言われたが、参加の申し込みをいただくようになるのか。いつぐらいまでの参加で、新規の方が何割くらい入れるのかが気になった。
協力団体の景品等のことだが、協力店の広報は何か考えているか。

【事務局】

この結果報告会に参加していただく方で個別の通知が行くのは、いきいき健康チャレンジに参加して結果を出してくださった方になるので、それ以外の方への周知というのが、多く予定しているわけではない。新規の方は、いきいき健康チャレンジのチラシを見てこの日にイベントがあると知っている方、また、健康パスポートの取得促進イベントになっているので、県のホームページなどで確認してヘルシーポイントシールを集めたいと思われる市民の方の参加になると思う。新規の方の人数の想定は十分に出来ていないが、多くは見込んでいない。

いきいき健康チャレンジ協力店の広報については、結果報告会の抽選会または表彰式で、提供していただいた協力店のお名前を読ませていただき、会場にも掲示する予定。

【寺尾委員】

スタートイベントの時には（お薬・禁煙）相談コーナーを設けたが、今回はどうするか考えている。人数も限られているし、健康に関心のある優秀な方がたくさん来られると思う。日ごろから気をつけられている方も多いのではないかと思うので、相談コーナーは必要か、持ち帰って検討する。

【津野委員】

200 名の定員としているがこの根拠は。522 名のチャレンジ参加者がいる中で、何割の提出があると考えているのか。パスポートのシールをもらいたいという新しい人たちはどうなのか。スタートイベントの時のように予想外に多い、または少ないということにならないように正確に把握する為にも根拠があれば分かる範囲で教えて欲しい。

【事務局】

定員の 200 名については、何パーセント来るかの予想は出来ていないができるだけ多くとは思っている。ただ、広く広報するよりは、報告会ということで、いきいき健康チャレンジの取組をやってきた方に対して評価をしたい。そしてその成果をもとに広報活動し、それから口コミで広がっていくというのがこちらのねらい。報告会の場はあくまで取り組ん

だ方を大事にするということで絞るようにしている。しかし新規の方が県のホームページを見たり、イベントがあることを覚えていらっしやったりでどれくらい来るかというのは未知数なところである。

スタートイベントで対応させてもらった感じでは、「2月もこんな形でするんだね、また行くからね」といったお話があったり、応援講座で相談を担当して、寺尾委員がおっしゃるように熱心な方はとても熱心だが、それゆえに相談も沢山あるという現実もある。形としては、そういった方を大切にしながらやっていきたい。

ただ、ご意見いただいたようにもう少し詰めて、想定しながらやっていきたいと思う。

【津野委員】

初年度というのは、ぶつかってみてというところがあるけれど、人数の想定は、一定根拠があったほうが、出水委員が心配するようなこともあるので、想定があった方がよいのではと感じた。スタートイベントの時も高知市は控えめで、マスコミにも言わずこっそりという感じだったが、それはもったいないと思う。そうすれば協賛企業ももっと増えると思うので、是非大々的にやってもらいたい。それがひとつの刺激にもなる。

(休憩)

5) 『高知市いきいき健康チャレンジ』の今後の展開について

【事務局】

6) 意見交換

【北添委員】

今年度の取組の成果を持って次年度の取組を進めていくようになると思うが、今年度2月に結果報告会行った後、市の方が事業効果の分析評価をするということになっているが、それを踏まえて新年度何をするかということを決めることになると思うが、底辺を広げるのか今回取り組んだ方をステップアップさせていくのかどちらの方針で行くのか。

【事務局】

方針としては、当初の予想よりスタートしてくれた方が多かったが、対象となる市民の数に比べたらまだまだ少ないという意味では広く浸透させていきたいというのが一つ。もう一つは、この取組の大きなところは健康的な生活習慣を身につけるといえるところになるので、今年取り組んだ方が着実に、このイベントが終わったとしても何かしら体を動かさないといけないとか、そういった気付きを継続して持っていただけるように、ステップア

ップしていただきたい、という願いを持っている。

【北添委員】

今年度のスタートイベントのときに協議会の中で出た意見で、会場はあんしんセンターでいいのか、日程的なものはどうなのかということが上がったが、今年はまだ決まっているのでそれでということで協力をしていただいたが、次年度も同じ様な事がもう決まって動いているということか。

【事務局】

ご心配いただいた人数よりは少し多くのご参加があったことから、こういった場所でも意識的に来て下さるのかなという実感を持ったので、あんしんセンターでということで想定して検討している。ただ、『この場所が無料で使える』とかそういったことがあればそれは今後検討していきたい。今のところは示した形を予定している。

【寺尾委員】

当日は出来るだけ公共の乗り物でということだったが、私共もこちらで会があるとき他の会と重なって駐車しにくい。スタートイベントのときはスムーズに運べたか。

【事務局】

あんしんセンターの駐車場と、休日ということで丸の内仮庁舎の駐車場の方も借りてあったので大丈夫だった。台風の中だったが天気も回復し、参加されるときには極力公共交通機関でと声をかけてあったこともあり、お近くの方では自転車や徒歩などで来ていただけるなどご協力いただいた。

【津野委員】

事務局の思いの中で市全体への広がり、特に年代層、若い方への広がり等々も意図しているようだがそのあたりのご意見ご質問等はないか。それは結局スタートイベントへの参加のしやすさにもつながっていくと思うが。

【北添委員】

先ほど言われたように、人のいるところで行うのか人を集めるのかでまったく変わってくると思う。20代30代に参加して欲しいのであれば、集めるのは難しいが、そういった年代の人が集まっている場所へ行くのもひとつの手だと思う。

【出水委員】

今回2月26日に結果報告が出て、それを広報として、あかるいまちや新聞への掲載、学校

で保護者宛に配布してもらうなどすると若い保護者の方も興味がわくのでは。見ていてこの項目なら出来そうだと感じるので、成功した方の意見や、表彰された方のことなど載っていたらいいと思う。先ほど話にもあったが、スマホでもこれだけ歩いたという事が分かるので、手が届きそうで届かないのがチャレンジなので、是非次年度に向けては成功体験をどんどん出していつて次は皆さんもチャレンジしませんかという形で広報していければ期待できると思う。

【瀬戸委員】

いきいき健康チャレンジは予算化されているか。

【事務局】

生活習慣病予防の政策として予算計上している。

【瀬戸委員】

例えば年々浸透させていく為に、若い人達向けのイベント的なものを5年目は打っていきこうなど、長い目で見たときに、そういったところでもっと多くの予算を割いていったほうがよいのではないか。今までは、お金のかからないところで、知恵を出し合ってやっているが、それでは立ち行かなくなるときが来る気がする。(医療費の)何十億というところを減らそうという取組なのでもう少し予算化してもいいのでは。

【津野委員】

これで医療費が削減になるという大きな効果が期待できるわけなので、もっと張り込んでいただけたらいいかと、私たち応援団としては思う。

層を広げるということで、今年の参加者522人の年齢別の傾向はどういった感じか。

【事務局】

年齢別の資料を準備できていなくて申し訳ない。今回は小学校へ保護者あてのチラシとして配布させていただいたこともあって、若い世代の方も少しチャレンジ申し込みしていただいている。やはり60歳以上の申し込みが多いが、20歳代30歳代40歳代もイメージとしてはスタートイベントと同じ様な分布だったように思う。

【津野委員】

あと、健康課題がある年代に働きかけたいという思いがあると思うが、そこへのターゲットという意味で職場というのが上がっているのだろうか。そこをどう進めていくのか。

【事務局】

働き盛りのアプローチの方法をこちらも模索しているが、ひとつは、今日は欠席だが上原委員が所属している協会けんぽとの連携を深めることで、29年度の保健指導であったり、企業に健康アプローチをする取組の中に盛り込んでいただきたいという思いで今年度から話しをさせてもらっている。あと、委員の方が所属する部署であったり、関係する団体様のところに、チラシをおけるということがあったら、協力いただけたらありがたい。

【寺尾委員】

私共薬局はポスターを色々貼っているが、今年はポスターの枚数が少なかったのも、市内の薬局の分くらいあればもっと患者さんの目に付くのではないかと。いただいた分を貼っていたが小さかったのであまり目立たなかった。できたらポスターの予算もつけてもらいたい。

【事務局】

ポスターについては、お願いする場所によって大きすぎる小さすぎると色々なご意見があり、その点を踏まえて来年度に向けては大きさを工夫しようと思っている。実際のところ、協議会委員の方の関係するところにはお願いをさせてもらったが、大きさ的にはどうだったか、もっと簡潔なほうがいいとか色合いが薄いとか、率直なご意見をいただきたい。100パーセントそれに合わせたポスターは出来ないかもしれないが、いろいろな工夫をして活用できるポスターを効率的に配布したいと思う。

【津野委員】

啓発の資材も含めてご意見いただきたいということ。

働き盛りの世代に働きかけるところで、今までは個人でチャレンジを登録していたが法人登録はどうか。今、健康経営企業というのがすごく重要視されており、前を走っている企業がそうになっている。法人登録することで、あなたの企業はいいですよというお墨付きを与えられるということにもなるのでは。是非同じスタイルではなく、2年目は更にブラッシュアップしていただけたらどうか。

【寺尾委員】

商工会議所などに置いてもらうとか、高知県法人会の事務局にお願いして何かのときに配ってもらうなどされたらどうか。

【窪委員】

企業への働きかけという意味では、産業保健推進センターでも、企業の健康管理を担当する人が集まる研修会が定期的に行われているので、そこで時間をもらい直接具体的にイベントの宣伝をしてはどうか。

【川上委員】

健康無関心層への広がりというのが課題で、国保のほうでも先日行われた健診の受診率がすごく低かった。過去 5 年間ずっと国保の資格がありながら一度も健診を受けていない方の割合を出したところ、6 割の方が一度も健診を受けていなかった。国保被保険者全体で見ると、移動もあるので 4 割ぐらいが 5 年間一度も健診を受けていなかった。やっぱりすごく意識の高い方はこういったイベントにどんどん参加して知識を吸収していくが、忙しさのあまり、自分の健康になかなか目が向かない方へのアプローチの方法を、どうしていけばいいのかがずっとの課題。先ほど北添委員がおっしゃったように、若い方が集まる所へあえてこちらから出向くということも検討してもいいかと思う。

【出水委員】

弊社でも、意識の高い人はランニングクラブなど行っているが、意識の低い人は不健康でコンビニに偏っていたりする。企業のほうにも来てもらってできれば面白いと思う。それが表に出るということであれば、企業同士で競い合っているのでは。それが底辺を広げることにつながり、健康に対して何かやらなければという気持ちにも繋がって一石二鳥になるのではないか。是非来年度はそういったことにもチャレンジしていければと思う。

【近藤委員】

春野の健診会場でも来年はこういったことをしていると宣伝してほしい。春野・鏡・土佐山の方は市内の会場までなかなか出て来られないので、健診会場でもっと知らせて欲しい。

【川上委員】

法人で参加するというのはすごくいいアイデアだと思う。それを聞いていろんな参加の仕方、例えば家族で参加や友達と参加など、グループで参加をすると、健康意識の高い人に引っ張られて参加をするということも考えられるのでは。いろいろなパターンを考えていければいいと思う。

【瀬戸委員】

たしか警察かどこかが行っているもので、職場で 5 人位のチームを組んで無事故だったら表彰されるというのがあるので、そういった形や、先ほど言われたような健康企業の銘柄を高知市が指定してあげて、あるか分からないがそこには税制を優遇してあげるようなメリットがあれば、企業も無理やりにでも従業員に対してアプローチをしてくるのでは。例えば賃金とかだけではなく、こういった取り組みをしている、健康的に働けるといったところで評価される企業も出てくるのかと思う。出来るできないは別にして、市として億というところを削減していくにはそういったところも考えていかなければいけないのでは。

【出水委員】

話を聞いていて思ったのが、一般の方が健診で行く病院にも、例えばいきいき健康チャレンジただいま継続中というチラシを貼ったり、WEBならここというのがあれば誰でも簡単に見ることができ、よりたくさんの方にアピールできるのではないかと。

【廣中委員】

若い世代に来ていただく場所が難しい。6月の歯のイベントがショッピングモールに移る前はいろいろなところでやっていたが、手形が欲しい方は来るがそれ以外はあまり多く集まらなかった。ショッピングモールに移ったことで来ている方が参加してくれて参加人数も増えたので、何かやっているのをちょっと寄ってみようかというのはすごく広がりになると思う。

【寺尾委員】

ショッピングモールは若い世代の方が多く集まるので、出前講座的なものをできたら、違う世代の人が拾えるのではないかと。

【事務局】

すごくたくさんの方の意見をいただけてうれしい。別のイベントであったり、別の会場で出来そうだという事があつたら一報いただいて、よければ、関係ができているところであれば橋渡しなどもお願いできればありがたい。

【北添委員】

裾野を広げるということで、ショッピングモールで行うとかスーパーの店頭で行うとかあると思うが、そちらにも協力をお願いして少しでも会場代の協力をいただくなど、そういったところも踏まえた協賛・協力・スポンサーを増やしていくというのも今後の課題かと思う。それには今年度の取組を広報していただき、このような取り組みをしているという所をPRしていただきたい。

来年度のポスターやミニのぼりといった話があつたが、今年のようにスタートイベントが終わった後、まだ貼ってもいいのか分からないようなポスターではなく、高知市がいきいき健康チャレンジをしているということが、年中分かるような販促物があれば非常にありがたいので検討をお願いしたい。

【廣中委員】

歯の健診をスーパーで何箇所か行っているが、午前中だけで100人くらい毎年来ていただいている。大掛かりに何百人もというのではなく、期間中に店舗を変えながら、その場所

で 100 人ぐらいを対象に行うというのもありなのではないか。

【出水委員】

歯の健診はいつも人気で、ひとつのテントでもいつもたくさん来ていただいている。場所代などは頂いていないので、広い店舗の方で、日程など調整していただければ大丈夫だと思う。

【事務局】

北添委員から指摘があったように、ポスターについて来年度はもっと工夫をと担当自身も思っている。高知県の方でも大きい旗や小さい旗やポスターなどすでにやっているが、高知市も負けないように、高知市全てが色に染まるようにしていきたい。ミニ旗は皆さんの経験上活用できそうか。

【津野委員】

スーパーなどでもカウンターにたくさんあり、ごちゃごちゃするという話を聞いた。

【窪委員】

健康パスポートの旗と同じくらいの大きさなら一緒に立てるわけにはいかないか。内容的に同じ様なことなのであれば、(1本の中に2つ)セットであるといいかと思う。

【寺尾委員】

磁石がついているので、磁石のくっつくところでないとミニ旗というのは付けられないので少し難しい。

【津野委員】

WEB で申し込みというのは若い人には絶対必要だと思うし、若い人はアプリで管理しているので、歩数や体重などを登録するアプリを是非県と一緒に開発してもらいたい。高知市だけではもったいないので、予算もこれから一体化してより効果のあるように出来たらと思う。

【北添委員】

アプリの話があったが、フリーのアプリで体調管理の出来るものもあるので、そういったところをうまく利用して、フリーのアプリでも管理できるということを PR していくのも手かと思う。観光の方でいうと、観光案内のアプリも、大学と連携して翻訳アプリを開発したという事例もあるので、そういった事例を参考にしてもらい、長くかかるとは思いますが、すぐ来年とはならないと思うが、そういったことも検討していただけたら。

法人というところでは、高知市の行政としては市民に広く進めていきたいというところがあると思うが、法人となるとどうしても従業員は市民には限らないところが出てくるなど色々な制約はあるとは思う。しかし、子育ての優良企業を表彰しているなどの事例があり、表彰するだけでも会社としては優良企業だというPRが出来るので、そういった方向で検討していただけたらと思う。

【窪委員】

スタートイベントのアンケートの中で、40代・50代・60代の方が何を求めているか分かっていたら教えて欲しい。

いろんな会場で100人くらい集まるイベントを催していくという話があったので、そういったところにそれぞれの委員が協力をして、広がっていければと思う。

【廣中委員】

WEBについて、赤ちゃん会が昨年からはWEBでの申し込みが可能になって申し込み人数が増えたということも聞いた。やはり若い世代にとってはこういった申し込みやすさというのは大事かと思う。

【寺尾委員】

今回チャレンジ項目が、体重や血圧や歩くといったものだが、違うメニューも盛り込んだら、今年はどうだったが来年はこんなのもあるということで、また参加する意欲も湧くのではと思う。

【川上委員】

最近コンビニでもバランスが取れたお弁当があったり、テレビなどでもコンビニの食材を使って健康的な食事を作ろうといったことがあり、健康づくりとは壁の高いものでなく、普段使っているコンビニでもいろいろなものを活用すれば、健康的な食事出来るというメニューなどがあれば、若い方は取り込みやすいかと思う。

【近藤委員】

結果報告会の成功体験、失敗体験を是非載せていただきたい。それによってみなさんがまた頑張ることができると思う。

【出水委員】

高知は特にお酒を飲む文化ということで、塩辛いものを多く摂ったりおいしいものだけ食べれば良いというのがあるので、目標の中に塩分などのことも次回は載せてもらいたい。

【津野委員】

今日は十分なお意見を沢山いただけてありがたく思う。また事務局の方から議事録とアンケートが届くと思うが、そこでは、来年メニューをこうしたらなど具体的な提案を是非して欲しい。

2月の報告会から次にスタートする9月までの間の切れ目を作らないように、チャレンジに参加した方も次の9月まで待てるように、継続していける仕掛けを入れてもらえたらと思う。

3 事務連絡

4 閉会